

LUNEDI'				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00	STRETCH TONE			
10,00	PILATES			
11,00			AFA LOMBALGIA	
12,00				
13,00	TOTAL BODY	PILATES		
14,00				
15,00				
16,00		AFA LOMBALGIA		
17,00	POWER YOGA			
18,00	CXWORX Athletic Training	STEP	AFA LOMBALGIA	
19,00	FIT BOXE	PILATES		
20,00	SAMBA PRINC.			
21,00	SAMBA INT.			
22,00				

MARTEDI'				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00				
10,00	POSTURAL OVER 60			
11,00	PILATES		AFA LOMBALGIA	
12,00				
13,00	BODY COMBAT	ZUMBA MIX	AFA LOMBALGIA	ATHLETIC WORKOUT
14,00				
15,00			AFA LOMBALGIA	
16,00	G.A.G.			
17,00	KARATE			
18,00	ZUMBA FITNESS	PILATES	MODERN JAZZ Principianti	ATHLETIC WORKOUT
19,00	BODY PUMP	ZUMBA STEP	POSTURAL STRETCHING	
20,00	BODY BALANCE			
21,00	SALSA CUBANA SALSA PORTORICANA KIZOMBA			
22,00				

MERCOLEDI'				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00	STRETCH TONE			
10,00	PILATES			
11,00			AFA LOMBALGIA	
12,00				
13,00	TOTAL BODY	PILATES		
14,00				
15,00				
16,00		AFA LOMBALGIA	D.IN GIOCO	
17,00	POWER YOGA		D.CLASSICA Propedeutica	
18,00	BODY COMBAT	AFA LOMBALGIA	D.CLASSICA Intermedio	
19,00	CXWORX CARDIO	BODY BALANCE		
20,00	KICKBOXING			
21,00				
22,00				

GIOVEDI'				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00				
10,00	BODY BALANCE			
11,00				
12,00				
13,00	BODY PUMP	ZUMBA STEP		ATHLETIC WORKOUT
14,00				
15,00				
16,00	G.A.G.			
17,00	PILATES			
18,00	FIT BOXE	STEP		
19,00	Abdominal Circuit Athletic Training	BODY ART		
20,00	BACHATA & REGGAETON			
21,00	SALSA CUBANA SALSA PORTORICANA KIZOMBA			
22,00				

VENERDI'				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00	STRETCH TONE			
10,00	STRETCHING	POSTURAL OVER 60		
11,00		PILATES		
12,00			AFA LOMBALGIA	
13,00	FIT BOXE	BODY ART	AFA LOMBALGIA	
14,00				
15,00	AFA LOMBALGIA			
16,00				
17,00	POSTURAL STRETCHING	KARATE	D.CLASSICA Propedeutica	
18,00	BODY PUMP	PILATES	D.CLASSICA Intermedio	ATHLETIC WORKOUT
19,00	ZUMBA FITNESS	BODY BALANCE		
20,00	KICKBOXING			
21,00				
22,00				

SABATO				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00				
10,00	ZUMBA FITNESS			
11,00	PILATES	BODY ART		
12,00				
13,00				
14,00				
15,00				
16,00				
17,00				
18,00	Chiusura ore 18,00			

DOMENICA				
Orario	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala Pesì
9,00				
10,00	ENERGY			
11,00				
13,00	Chiusura ore 13,00			